

Turnen, Gesundheitssport, Gymnastik & Tanz

Informationsschrift der Turnabteilung | Geschäftsstelle: Colonusstr. 5, 82335 Berg-Aufhausen

TURNINFO

Nr. 46 | Sep. 2014

MTV Berg a. W. e.V. TURNABTEILUNG, gegründet 1922, Vereinsfarben: Weiß-Rot, Mitglied des Turngau Amper-Würm, BLSV, BTV, DTB



GYMWELT

Kinderturnen

BTJ
BAYERISCHE TURNERJUGEND IM BTV



... aus dem Inhalt:

Gerätturnen
Bayernpokal

Gymnastik und Tanz
Bayerische Meisterschaft

Sport für Erwachsene
Neu: Nordic Walking

Turnernachwuchs
Gauturnfest in Dießen, Wettbewerbe & Co.

Radltour

Sportangebot & Termine
Sportangebote und Sportveranstaltungen

MTV
BERG

Gerätturnen

Bayernpokal

Am 18. Mai fand die 2. Runde des Bayernpokals in Starnberg statt. Die Buben waren diesmal vertreten mit Josef Gastl (12. in der Einzelwertung), Laurin Stefferl (23.), Emilian Hohberg (25.) und Jakob Pawelka (32.).

Die Erwachsenen traten mal wieder als "Best-of"-Mannschaft an: Benjamin Beilicke (4.) und Gerhard Buchmann (9.) turnten zusammen mit Matthias Jäger (6.) aus Fürstenfeldbruck, Axel Wille (15.) aus Germering, sowie Sebastian Gross (16.), Daniel Bleicher (18.) und Eric Zipse (20.) aus Starnberg.

Diese Turngemeinschaft erreichte als Mannschaft den 2. Platz. Gerhard Buchmann



Emilian Hohberg

Gymnastik & Tanz

Bayerische Meisterschaft Gymnastik & Tanz: MTV Berg ist erneut Vizemeister



Attitude

Am Samstag den 26. Juli 2014 fand in Lauf a. d. Pegnitz die Bayerische Meisterschaft Gymnastik und Tanz statt. Der MTV Berg war mit fünf Gruppen angereist.

Annette Reisländer's Gruppe Attitude sicherte sich mit ihrer fehlerfreien Gymnastikdarbietung „Bom Bom“ in der Altersklasse der Erwachsenen den Vizemeistertitel. Die jungen Damen waren sichtlich erfreut über ihren Erfolg und erhielten die Starter-

laubnis für die Deutsche Meisterschaft in Witten. Ebenfalls einen Treppchenplatz erreichte im gleichen Wettkampf das Team Arabesque (Trainerin Annette Reisländer). Wie immer überzeugten die Damen mit ihrem ausdrucksstarken Tanz und der kreativen Band und Reifengymnastik „A little party never killed nobody“.

Die Gruppe Développé, trainiert von Sabrina Schweiger, fuhr in dieser Zusammensetzung zum ersten Mal zu den Bayerischen Meisterschaften und belegte den beachtlichen vierten Platz. Mit einer selbstbewussten Gymnastik mit Reifen und Keulen zum Spice Girls Klassiker „Wannabe“ und einer überaus synchronen Tanzgestaltung zu „50 Ways to say Goodbye“ erzielten sie mit 29,39 Punkten eine beachtliche Punktzahl.

Die Jugendmannschaft Tendü (Trainerin: Aylin Diktas) zeigte eine anspruchsvolle Tanzgestaltung zum Titel „Love is the drug“. Auch ihre neue Gym-

Impressum

Herausgeber:	MTV Berg a.W.e.V. Turnabteilung, Geschäftsstelle: Elke Sigel, Colonustr. 5, 82335 Berg / Aufhausen Tel: 08151/50900, Fax: 08151/953855, E-Mail: geschaeftsstelle@mtv-berg.de , Web: www.mtv-berg.de
Redaktion:	Monika Dühning, Benjamin Beilicke, Melanie Bremm, Gerhard Buchmann, Angelika Flögel, Manuela Krebs, Miriam Kreisl u.v.m.
Bildnachweis:	Susanne Bremm, Benjamin Beilicke, Gerhard Buchmann, Monika Dühning, Angelika Flögel u.v.m.
Redaktionsschluss:	26.09.2014
Auflage:	800 Stück, Erscheinungsweise halbjährlich
Druck:	Saxoprint GmbH, Enderstr. 52, 01277 Dresden
Hinweis:	Diese und vorangegangene Ausgaben von TURNINFO finden Sie unter: www.mtv-berg.de/turnen
Kontakt:	turninfo@mtv-berg.de



Die erfolgreichen Gruppen (von links nach rechts): Arabesque, Développé, Attitude, davor Tendu und Plié



Développé

nastik „Cuba“ sorgte für karibisches Feeling. Sie belegten mit 23,20 Punkten den 13. Platz und sind motiviert in das nächste Trainingsjahr zu starten. Die Gruppe Plié, trainiert von Christine Maier, belegte mit 25,17 Punkten

den 11. Platz. Die fast fehlerlose Reifen- und Ballgymnastik „Summer Jam“ und die gelungene freie Tanzgestaltung „Primadonna Girl“ wurden vom



Arabesque

Kampfgericht belohnt. Mit diesen hervorragenden Ergebnissen kehrten die Berger Turnerinnen und Fans voller Stolz an den Starnberger See zurück.
Die Trainerinnen

Ein Coupé ist nicht nur ein kleines Auto

Das Wort „Coupé“ hört sich nach einem Auto an. Einem kleinen süßen Flitzer, der richtig Power haben kann, mit lauten Motorgeräuschen und in der heutigen Zeit ganz individuell gestaltbar. Wir sind hier aber nicht auf einem Automarkt sondern im MTV Berg. Dort hat das Wort „Coupé“ aber ähnliche Bedeutungen.

Coupé heißt nämlich, nach einem Tanzschritt benannt, die momentan jüngste Tanzgruppe des MTV Berg. Die süßen Mädels flitzen vor Beginn der Stunde schon immer in der Halle hin und her und wärmen sich damit gleich richtig auf.

Unsere Coupés powern wie kleine Autos die ganze Stunde durch. Wassertankpausen müssen schon gleich zum Beginn der Tanzstunde festgelegt werden, sonst fahren unsere Mädels einfach ohne einen Raststopp durch. Aber wer viele PS hat, der braucht halt auch viel Kraftstoff.

Vergessen darf man natürlich auch das Motorengeräusch nicht, das bei unseren Kleinen als ständiges

Kichern im Hintergrund oder als „Gekreische“ bei Spielen oder Gruppenteilen immer dabei ist.

Wir legen nämlich viel

Wert darauf, dass der Spaß an erster Stelle kommt. Wir schätzen es sehr dass in unserer Gruppe so viele individuelle Mädels sind und freuen uns immer, wenn neue tanzbegeisterte „Coupés“ zu uns kommen. Jede, die Interesse hat und in den Jahrgängen 2005, 2006 oder 2007 geboren ist, kann gern dienstags von 17:00 bis 18:00 Uhr in der Turnhalle des FSV Höhenrain vorbei kommen oder sich einfach telefonisch bei uns melden. Wir sind schon ganz gespannt, wer von Euch bei uns vorbeischaut.

Christina Haas und Steffi Scholz



Coupé

Sport für Erwachsene

Nordic-Walking hält jung und fit.



Um typische Altersbeschwerden zu minimieren, ist dieser Ausdauersport genau das Richtige. Wir bekämpfen unseren Bluthochdruck und/oder Rückenschmerzen, Herz-Kreislauf-Beschwerden jeden Mittwoch ab 18.00 Uhr .

Unsere lustige, aktive Anfängergruppe sucht dringend noch Junggebliebene, die gerne Sport in der Natur treiben.

Treffpunkt: noch bis Oktober jeden Mittwoch um 18:00 Uhr am Parkplatz der Oskar Maria Graf-Schule in Aufkirchen, dann wieder ab Ostern 2015.

Anneliese Doll



Nordic Walking an der Anna Kapelle

Yoga für Kids und Teenies

Kinderyoga im Sommer



Begrüßungskreis unter freiem Himmel

Im Kinderyoga geht es im Sommer etwas anders zu. Da wird die Yogamatte unter freiem Himmel aus-

gerollt und mit unserem Begrüßungskreis begonnen. Danach fliegen wir, passend zur Fußball-Weltmeisterschaft, für eine Erkundungstour in den Amazonas in Brasilien, erkunden die Tiere auf einer Sommerwiese oder machen mit dem kleinen Yogi einen Ausflug in die Schule. Und draußen werden die Bäume dann auch manchmal als Hilfe für Spiderman und den Handstand genutzt. So erfahren wir die Natur ganz nah, die wir ja in unseren Übungen oft nachahmen.



Handstand

Melanie Bremm

Kinderturnen

64. Gauturnfest für Kinder und Jugendliche in Dießen am Ammersee

Am Samstag, den 19. Juli, ging es um 7 Uhr für die 13 Mädels und Jungs, im Alter von fünf bis acht Jahren vom Kinderturnen, los nach Dießen am Ammersee. Für viele unserer jungen Turner/innen war

dies der erste große Wettkampf, weshalb einige sehr aufgeregt und nervös waren.

Da den Turnern die Übungen im Springen, Laufen und Werfen aus dem Training bereits bekannt waren, wurden diese trotz der Auf-



Weitwurf



Weitsprung

kräftig angefeuert haben.

Nachdem der Pflichtteil erfüllt war, durften die Kleinen nicht nur an der Kletterwand hoch hinaus, sondern konnten

außerdem noch auf dem Gelände eine AirTrack-Bahn, Slackline und andere tolle Dinge ausprobieren. Anschließend wurde dann noch das Sportab-

regung mit Bravour gemeistert. So wurden teilweise sogar bessere Ergebnisse erzielt als im Training, was natürlich auch an den fleißigen Eltern liegen könnte, die alle

Kletterwand



zeichnen „Turn-Papperl“ zusammen mit den Trainern gemacht.

Am Ende des Tages bekamen die fleißigen Sportlerinnen und Sportler eine Medaille.

Sowohl Kinder, Eltern als auch wir Trainer (Kathi Stadler, Basti Bremm, Meli Bremm & Lisa Urban) hatten an diesem Tag eine Menge

Spaß und der Zusammenhalt der Gruppe wurde durch den Wettbewerb gestärkt.



Alle Teilnehmer des MTV Berg

Lisa Urban

Fit wie ein Turnschuh



Fit wie ein Turnschuh

Von April bis Mai trainierten die Kinder am Dienstag in einer Gruppe von 20 Kindern fleißig für das Abzeichen „Fit wie ein Turnschuh“. Dafür wurden Teamarbeit, Geschicklichkeit, Körperspannung, Schnelligkeit und noch viel mehr von den Kindern verlangt. Doch nach wochenlangem Üben waren die altersgemäßen Aufgaben kein Problem mehr und alle konnten ihr Abzeichen mit vollem Erfolg abschließen. Als Dankeschön für die rege und erfolgreiche Teilnahme erhielten sie eine Urkunde, ihren Laufzettel sowie einen T-Shirt-Anstecker, damit auch die Eltern sehen können, was ihre Kinder im Turnen so alles leisten.

Kathi Stadler

Leichtathletik-Wettkampf Juli 2014

Stolz halten die Kinder ihre Urkunden nach oben – und das zurecht!

Aufgabe war es, 10 leichtathletische Stationen in Kombination mit laufen, springen und werfen zu bewältigen. Hierbei konnten die Kinder ihr Können unter Beweis stellen und Punkte sammeln. Am Ende gab es für jeden eine Goldmedaille und eine Urkunde als Belohnung.

Auch die Eltern waren begeistert von den Leistungen und sehen die Wettkämpfe als Ansporn für die



Goldmedailleninhaber

Kinder, gerne zum Turnen zu gehen. Wir als Trainer hatten viel Spaß, die Kinder zu trainieren und zu motivieren.

Kathi Stadler

Portrait: Katharina Stadler

-18 Jahre
 -Ausbildung als Bürokauffrau seit 2012
 (gelernte Bürokauffrau ab Februar 2015)

In diesen Stunden habe ich auch selbst mitgemacht:

- 1 – 4 Jahre Mutter-Kind-turnen
- 4 – 7 Jahre Kinderturnen
- 8 – 11 Jahre Gerätturnen weiblich
- Trainer-Assistent seit 2008
- Trainer seit 2014

Besonders Spaß macht mir dabei:

- Der Umgang mit Kindern
- Das Beibringen von kniffligen Übungsaufgaben
- Das Vorbereiten und Ausführen von internen Wettkämpfen
- Dass immer wieder viele Kinder zum Turnen kommen



Kathi Stadler

Kinderturnen Zehnkampf

Auch in diesem Jahr nahmen die Kinder des Kinderturnens im Alter von 3 bis 8 wieder erfolgreich am Zehnkampf der Leichtathletik teil. Die Trainer erstellten 10 zu erfüllende Aufgaben, die das Werfen, Laufen und Springen schulen.

Kondition und Selbsteinschätzung wurden durch den „10 Sekunden Lauf“, den „30 Sekunden Lauf“ und den „Hindernislauf“ verbessert. Die richtige Wurf- und Zieltechnik übten die kleinen Turner mit Hilfe des „Medizinball-“ und „Fahrradreifenweitwurfs“ sowie durch den „Basketballkorb-“ und den „Zielwurf“. Beim „Zonenweit sprung“ trainierte man schon wie die Großen möglichst weit zu springen und je nach abgesteckter Zone, erreichten die Kinder verschiedene Punktzahlen. Auch im „Seilspringen“ wurden Arme und Beine langsam zu einem Team und ergaben immer mehr ein flüssiges Bild.

Erfolgreiche Zehnkämpfer



Zonenweit sprung

Nach vier Wochen hartem Training, Spiel und Spaß bekamen die Turnerinnen und Turner eine Medaille und eine Urkunde von ihren Trainern überreicht.

Lisa Urban



Fahrradreifenweitwurf

Eltern-Kind-Turnen und Zwergerlturnen

Zwergerlturnen

Ein paar Eindrücke vom Zwergerlturnen: unsere Kleinsten üben sich schon früh im Balancieren, Springen und Rutschen, der Spaß ist immer dabei, die vielen bunten Bälle und tollen „Türm-



Der Krabbeltunnel



Eine Rutschpartie



Springen



Hoppe, hoppe Reiter...

chenbau-Aktionen“ gehören auch dazu, wie das Singen und Tanzen.

Jetzt werden wir fleißig für die Turngala üben. Da werdet ihr sehen, was wir schon alles können.

Manuela Krebs



So viele Bälle.

Eltern-Kind Turnen



Langbankbalancieren

Der nächste Schritt kommt dann im Eltern-Kind-Turnen. Hier werden die Geräte größer und auch vielseitiger. Es macht nicht nur den Kindern Spaß, und wie auch das eine oder andere Bild zeigt, helfen die Erwachsenen nicht nur ihrem Kind. Bei dem ein

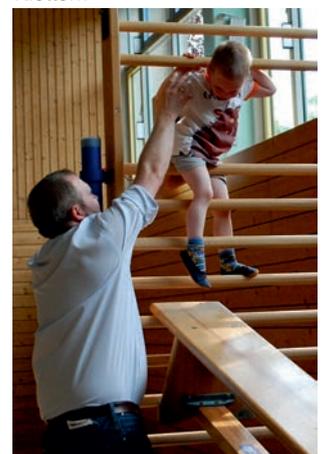
oder anderen Turnabzeichen wird auch ihr Können getestet und mit einer Urkunde belohnt.

Manuela Krebs

Rutschen



Klettern



Ankündigung



Fit durch Musik und in der Natur

Neues Angebot

Seit Anfang des Jahres bietet Susi Brunner ein Fitnesstraining für unsere Mitglieder an. Beim ersten Kurs handelte es sich um ein Ganzkörpertraining, bei dem die Musik im Vordergrund stand. Für JEDEN geeignet, der Spaß daran hat sich zur Musik zu bewegen. Abschalten, ankommen, lockern, aber auch schnaufen, schwitzen & anstrengen! Natürlich waren auch Männer herzlich willkommen.

Raus ins Freie hieß dann das Motto des Folgekurses. Leichtes Lauftraining & Ganzkörpertraining in der Natur bei jedem Wetter. Beide Kurse sind bei den Teilnehmern gut angekommen. Voraussichtlich wird es daher ab November einen weiteren Kurs geben. Mehr Informationen und Anmeldung bei Susi Brunner per SMS oder Whatsapp unter 0179-6653752

Zeit: Donnerstags von 19.00 - 20.00 Uhr
Kosten für Nichtmitglieder: auf Anfrage

Monika Dühring

Glückwunsch



Nach der kirchlichen Trauung

Zur Hochzeit

Der Vorstand der Turnabteilung, Benjamin Beilicke und seine Franzi haben sich am 19. Juli 2014 in Farbach getraut. Die Turnabteilung gratulierte mit einem Rosenspalier.

Wir wünschen Euch von Herzen viel Glück und Gesundheit für eure gemeinsame Zukunft!

Der Turnrat im Namen aller Mitglieder

Trampolin

Trampolingroupe sucht neue Aktive

Mit zunehmendem Alter gehen uns leider immer wieder wegen schulischen Beanspruchungen oder privaten Veränderungen Turner/innen verloren. Wir suchen daher Nachwuchs, der regelmäßig wöchentlich am Training teilnimmt, gerne aktiv Pflicht- und Kürübungen erlernt und selbstverständlich bereit ist, beim Auf- bzw. Abbau mitzuhelfen.

Trainiert wird auf einem Wettkampfgerät, das mit einem runden Gartentrampolin nicht zu vergleichen ist, da es eine wesentlich stärkere Federkraft besitzt. Jedoch sind auf einem Gartentrampolin erworbene Eigenschaften wie Bewegungsgefühl und Sprungsicherheit zu begrüßen.

Wir würden und freuen, neue Trampolinturner/innen ab einem Alter von acht Jahren in unserer Gruppe begrüßen zu können.

Matthias Wölper

Taekwon-Do

Am 18. Juli konnten die Taekwon-Do-Schüler von Stefan Rudolf wieder Prüfungen bei Großmeister Jürgen Englerth ablegen. Alle Kandidaten des MTV Berg bestanden die Prüfung mit bemerkenswerter Bravour.

Kinder:

Anna Maria Rimbu (8. Kup, Gelb), Sebastian Rimbu (7. Kup, Gelb-Grün), Leon Schwenski (7. Kup mit Stern, Gelb-Grün +), Leele Knötig (6. Kup, Grün), Milena Rudolf (4. Kup mit Stern, Blau +)

Erwachsene (ab 15 Jahre):

Marina Haller (6. Kup, Grün), Johanna Verenkotte (7. Kup, Gelb-Grün)

Während für manch „alten Taekwon-Do Hasen“ Bruchtests inzwischen schon zum normalen Repertoire gehören, mussten andere diese Disziplin zum ersten Mal bestehen. Der Bruchtest ist kein Akt sinnloser Zerstörungswut. Er darf auch nur mit Erlaubnis des Meisters ausgeführt werden. Statt schierer Kraft führen hier nur Präzision und Willens- bzw. Geisteskontrolle zum Ziel. Alle drei schafften dies mit Bravour.

Traditionelles Taekwon-Do ist waffenlose Selbstverteidigung. Die fundierten Übungen mit und ohne Partner fördern Konzentration, Selbstvertrauen, Durchhaltevermögen, Wahrnehmung, Impulskontrolle und Disziplin. Taekwon-Do ist kein Wettkampf und kein Schlägergetue, sondern ein Weg zu Entwicklung und Meisterung der eigenen Persönlichkeit. Traditionelles Taekwon-Do wird sehr kontrol-



liert und ohne Kontakt geübt, da die Techniken sehr wirkungsvoll und potentiell gefährlich sind. Die hohe Diversität der Übungen hält den Körper fit und den Geist wach. Nicht nur Schlag- und Tritt-Techniken stehen auf dem Programm, sondern auch Befreiungstechniken, Fallschule, Konzentrations- und Koordinationsübungen, ausgewogene Gymnastik und Meditation. Man kann in jedem Alter damit anfangen.

Das reguläre Training findet bis Ende Oktober Montags von 17:30 bis 19:00 Uhr in der Turnhalle der Montessori-Schule in Biberkorf statt. Neugierige sind herzlich willkommen. Kinder ab 10 Jahren und Erwachsene können jederzeit ins Training einsteigen.

Stefan Rudolf

Ausflüge

Radltour 2014



Am 4. Juni war es wieder so weit, dass unsere MTV-Seniorenradltour starten konnte.

Wie ausgeschrieben, ging es heuer rund um die Benediktenwand. Anscheinend schreckte manchen Seniorradler allein schon das Wort Kesselberg von einer Teilnahme ab, obwohl ja der Start vom Sattel aus möglich gewesen wäre.

Es fanden sich also heuer nur 5 konditionsstarke Radler im Alter zwischen 73 und 79 Jahren ein, wovon es sich 4 nicht nehmen ließen, von Kochel aus zu starten, also die 250 hm zum Sattel zu strampeln. Das war auch für keinen der 4 ein Problem, trotz teilweiser künstlicher Knie- und Hüftgelenke.

Am Sattel wartete dann pünktlich der 5. Radler. Von Urfeld zweigten wir gleich links ab ans Nordufer des Walchensees (Foto).

Die 70 hm Steigung nach Sachenbach waren auch bald flott überwunden, sodass anschließend die lange Abfahrt durch die Jachenau als Erholung empfunden wurde. Besonders, da in der Ortschaft Jachenau noch eine kurze Kaffeepause eingelegt wurde. Kurz vorm Isartal musste noch ein Platten durch Schlauchwechsel repariert werden. Links der Isar fuhren wir dann am Ufer entlang den Radweg bis Tölz. Obwohl es inzwischen Mittag war, wurde die Pause noch verschoben, weil es im Süden verdächtig dunkel am Himmel aussah. Durchs Kurviertel von Bad Tölz, am Blomberg vorbei, kehrten wir dann endlich beim Wiesweber vor Bad Heilbrunn im Biergarten ein. Gestärkt mit Knödelsuppe, Schweinsbraten und Weißbier fuhren wir auf den gut ausgeschilderten Radwegen nach Benediktbeuern am Kloster vorbei und durchs Kochelmoos zurück nach Kochel.

Auf den letzten Kilometern erwischte uns dann doch noch leichter Regen, aber der Fahrtwind trocknete schneller als der Regen nass machen konnte.

Die ganze Runde war dann doch 70 km. Da hatten wir uns einen Abschlusstrunk beim Fischerwirt in Schlehdorf redlich verdient.

Fazit: auch Senioren können anspruchsvollere Radtouren absolvieren. Nächstes Jahr gibts wieder eine Flachlandtour in der Nähe.

Bis dahin sportliche Grüße, gesund bleiben und trainieren!

Alfred Hartl

Eine Schifffahrt die ist lustig...

Im Rahmen des Ferienprogramms der Gemeinde Berg, haben wir die große Dampfer Rundfahrt auf dem Starnberger See begleitet. Bei einem Kreuzworträtsel mit Fragen rund um den See und die Dampfer strengten die Kinder ihre Köpfe an, um eine Belohnung zu erhalten. Nachdem es sich jeder verdient hat und das Rätsel vollständig gelöst hatte, gab es eine Runde Eis für alle.

Wir freuen uns auf nächstes Jahr und sind jetzt schon gespannt, was wir tolles unternehmen.

Miriam Kreisl, Simone Schwarz





Toni (Franzi und Benni)



Lea (Heidi und Udo)



Benedikt (Marion und Michi)

Leo (Moni und Jan)



Nachwuchs bei den Übungsleitern ist da!

Wir gratulieren den Eltern herzlich zu ihrem Kinderglück und freuen uns über den Zuwachs. Die Eltern machen sich schon bereit auf viele schöne und auch anstrengende Jahre. Wir können ihnen von hier aus nur noch viel Spaß und Glück auf ihrem weiteren Weg mit ihren Kindern wünschen und können uns hoffentlich bald schon auf neuen Nachwuchs freuen.

Jenny Flögel

Luisa (Chrissi und Pascal)



Ausbildungen / Fortbildungen:

Basismodul-Breitensport und Trainer C Breitensport (Turnen-Fitness-Gesundheit): Sebastian Bremm, Marlene Keppner, Katharina Stadler, Lisa Urban

Trainer B Schein - Profil Stressbewältigung und Entspannung: Melanie Bremm

Lizenzverlängerung Aerobic: Elisabeth Flögel

Kampfrichtereinsätze:

Bayerische Meisterschaft Gymnastik & Tanz/ Dance: Christina Haas, Andrea Kornhas, Miriam Kreisl, Sabrina Schweiger; Annette Reisländer

Gerätturnen (Bayernpokal): Matthias Becker, Ferdi Ullrich

Termine ab Oktober 2014

- 10.10. MTV-Freizeit-Ausflug (Wemding, Burg Harburg)
- 03.10.-05.10. Deutsche Meisterschaft Gymnastik und Tanz & Dance (Witten)
- 11.10. 3. Runde Gau-Rundenwettkämpfe (m) Gerätturnen, Turngau Amper-Würm „Bayern-Pokal“ (Moorenweis)
- 11.-12.10. Gymnastival (Schrobenhausen)
- 08.11. Gruppen-/Pokalwettbewerb Gymnastik und Tanz & Dance, Turngau Amper-Würm (Biberkor)
- 22./23.11. Gruppen-/Pokalwettkampf Gymnastik und Tanz & Dance (N.N.)/ Dance´n more (N.N.)
- 29.11. Turngala zum Nikolaus** (45. Nikolausfeier) (Biberkor, Dreifachturnhalle)
- 07. oder 14.12. Gaumeisterschaften Gerätturnen (w/m) Turngau Amper-Würm (Unterpfaffenhofen-Germering)

Stundenplan ab Sept. 2014

Kinder- und Gerätturnen, Taekwon-Do, Trampolin	Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	1-3	Zwergerturnen	Fr	10:00-11:30	Pfarrheim Aufkirchen	Manuela Krebs	08151-959966
	3-5	Eltern-Kind-Turnen	Do	15:30-17:00	TH Aufkirchen	Manuela Krebs	08151-959966
	5-8	Kinderturnen	Di	17:00-18:30	TH Aufkirchen	Katharina Stadler, Toni Nöbauer, Paolo Schraudembach	0173-4249220
	5-8	Kinderturnen	Do	17:15-18:45	TH Aufkirchen	Lisa Urban, Sebastian Bremm, Daniel Ross	0176-63183235
	ab 10*	Taekwon-Do*	Mo Fr	17:30-19:00 17:00-18:30	TH Biberkor*** TH Aufkirchen	Stefan Rudolf	08151-16819
	ab 8	Yoga Kids/Teenies	Do	19:00-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	08151-50498
	7-12	Gerätturnen, männlich	Di+ Do	17:30-19:00 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
	7-12	Gerätturnen, weiblich	Do	17:30-19:30	TH Biberkor	Matthias Wölper, Julia Langmeier, Jana Flögel, Marlene Keppner	08151-50358
	13-16	Gerätturnen, männlich	Di+ Do	19:00-20:30 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
13-16	Gerätturnen, weiblich	Di	19:00-20:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann Matthias Wölper, Jana Flögel, Marlene Keppner	08151-970664	
10-16	Trampolinturnen	Di	18:00-19:30	TH Biberkor	Matthias Wölper	08151-50358	
ab 16*	Allgemeines Gerätturnen (m/w)*	Di + Do	20:00-21:30 20:00-22:00	TH Biberkor TH Aufkirchen	Gerhard Buchmann	08151-970664	

Gymnastik & Tanz (Wettkampfteilnahme)	Jahrgang		Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	2005-07	Coupé (Kinder)	Di	17:00-18:00	TH FSV-Höhenrain	Stefanie Scholz, Christina Haas	08151-50945
	2002-04	Chainé (Kinder)	Fr	15:00-17:00	TH Aufkirchen	Andrea Kornhas, Kathrin Suttner	08151-9719760
	2000/01	Plié (Jugend)	Mi + Fr	16:30-18:30 15:00-17:00	TH Aufkirchen	Christine Maier	08151-4462711
	1998-2000	Tendu (Jugend)	Mo + Fr	18:00-20:00 15:00-17:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Aylin Diktas	0151-43133006
	1992-1997	Développé (Erwachsene)	Fr + So	17:00-19:00 17:00-18:45	TH Biberkor	Sabrina Schweiger	08151-953383
	ab 1993	Arabesque (Erwachsene)	Mi+ So	18:30-20:30 17:00-18:45	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078
ab 1993	Attitude (Erwachsene)	Mi + So	20:00-22:00 18:45-21:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078	

Für Erwachsene		Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	Jazztanz	Mo	20:00-22:00	TH Aufkirchen	Angelika Flögel	08151-979383
	Kondition und Koordination**	Di	09:00-09:45	Pfarrsaal Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
	Pilates**	Di	10:00-11:00	Pfarrsaal Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
	Konditions- und Skigymnastik	Di	18:30-19:30	TH Aufkirchen	Marion Sigel	0172-9982982
	Aktiv bleiben	Do	19:00-20:00	TH Aufkirchen	Heidi Sewald	0176-68186775
	Latino-Aerobic	Do	20:00-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548
Yoga	Fr	18:30-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	08151-50498	

*Allgemeines Gerätturnen und Taekwon-Do ist auch für Erwachsene geeignet **Präventionsangebot ***TH im Montessori Kinderhaus Aufkirchen, 01.11.14-28.01.15